



Técnica facilitada por:

ESCUELA
SESHAT COSMOSOPHIA

Meditación correspondiente al Módulo I Tema 3 – Activación y Armonización del Sistema Energético

La siguiente Técnica Holística de Meditación, tiene el objetivo de Activar nuestro Cuerpo Energético, haciéndonos autoconscientes de él, de sus bloqueos y limitaciones, con la finalidad de liberarlo, así como la de proceder a la síntesis de los chakras y alcanzar el chakra único, a través de la conexión consciente y constante con nuestro Corazón Sagrado, que contribuirá a estrechar el vínculo con lo más profundo y elevado de nuestro Ser. En este fantástico viaje hacia una Conciencia más integrada con el Amor-Sabiduría Universal, es indispensable la colaboración de nuestro simpáticos y entrañables amigos los delfines, quienes a través de sus mágicas herramientas, colaborarán en la armonización de nuestros chakras.

Alcanzado este estado superlativo, podremos sintetizar estos centros energéticos en un único vórtice, el cual integrado en Nuestro Corazón Sagrado, irradiará los más magníficos haces cromáticos imaginables, formando un precioso arco iris, el cual se convertirá en nuestro flujo cuántico a partir del momento en el que nuestra Conciencia alcance este estado. Trabajar esta meditación durante varios días consecutivos y después periódicamente, es recomendable.

(pausa)

Comenzamos...

Nos colocamos en nuestro espacio sagrado...

Cerramos los ojos...

Relajamos el cuerpo, comenzando por las extremidades, tronco y cabeza...

Solicitamos la presencia de nuestro Séquito de Luz y visualizamos como nos acompañan estos magníficos seres en este precioso y mágico viaje...

Un increíble y poderoso haz de luz aparece proyectado desde lo más elevado de nuestro Ser y se instala asimismo en nuestro corazón. Es la voluntad de nuestro Ser Superior.

Continuamos conectados al ritmo de nuestra respiración...

Ponemos toda la intención en relajar todos los músculos del cuerpo...

Y entrar en un estado de total relajación...

Seguimos respirando...

Concentrados y en silencio...

Para alcanzar un estado de meditación profunda....

(pausa)

Nos conectamos con nuestro ritmo de respiración y con nuestro Corazón Sagrado...

Sentimos como nuestra esfera de conciencia, penetra dentro del Corazón, abriéndose paso lentamente...

Lo primero que veremos al entrar es el corazón físico...

Nos detenemos a observarlo y a escuchar como late...

Pero nuestra mágica esfera de conciencia puede penetrarlo y seguir adelante...

Detrás del corazón físico nos encontraremos con el corazón energético...

Podemos visualizarlo como una hermosa espiral...

La belleza de su brillante Luz verde circula por la espiral, permitiéndonos sentir profundamente la vibración que emite...

Seguimos avanzando lentamente... Atravesamos el corazón energético, para alcanzar nuestro espacio más Sagrado...

Se trata de una especie de gruta, es tan intensa esta morada, que nos vamos a permitir sentir el lugar en silencio...

(pausa)

Conectados con la vibración de nuestro Corazón Sagrado, vamos a proceder a la activación de la llama trina. Se trata, como sabemos de una llama de tres colores...

Por un lado es azul, en el centro es dorada y en el otro lado de color rosa...

Al principio, quizás pueda parecernos una luz muy pequeña, pero comprobaremos como poco a poco se va a ir expandiendo. Permanecemos unos segundos observando la llama...

Ahora esta llama de 3 colores, perfectamente activa e intensa, alumbra la gruta, nuestro lugar más sagrado...

En esta observación vemos como hay una salida, una rendija que nos permite llegar a algún lugar...

Nos dirigimos a ella... Y cuando la cruzamos... Nos encontramos en una playa... Es nuestra playa... Es nuestro rincón de contacto con las conciencias delfínicas... Observamos el mar... Nos quitamos la ropa... Y decidimos entrar... Vamos nadando... Hacia mar adentro... De repente veremos venir, 7 delfines...

Son nuestros delfines... Tenemos un delfín por chakra... Que nos ayudarán a limpiar, armoniza y activar este punto energético... Vemos como los delfines nos rodean, hacen un círculo... Nosotros nos hemos quedado parados en el centro... Uno de los delfines rompe el centro y se dirige a nosotros...

Es nuestro delfín del chakra uno... Es muy bonito hablar con este delfín... El delfín entra en nuestro chakra uno, le permitimos la entrada... Empieza a jugar, a hacer sus piruetas, reconstruyendo y armonizando y dejándonos la conciencia delfínica en este chakra... Cuando ha terminado... Vuelve al círculo de delfines...

(pausa 30 segundos aprox.)

Ahora viene hacia nosotros, el delfín del chakra dos... Preguntémosle cosas... El chakra dos... Situado 2 dedos por debajo de nuestro ombligo... Se convierte en como en un círculo, un hueco en nosotros mismos, que permite la entrada del delfín... Y entra y sale y juega... Cuando ha terminado vuelve al círculo donde están el resto de delfines...

Cada uno de los delfines tiene una personalidad definida... Podemos hablar con cada uno de ellos... Y conocerlos...

(pausa 30 segundos aprox.)

Ahora se acerca el delfín del chakra 3... Volvemos a generar el mismo hueco en nuestro chakra tres... Dos dedos por encima del ombligo... Y permitimos que nuestro delfín, entre, armonice y libere este chakra... Cuando haya terminado volverá al círculo de delfines...

(pausa 30 segundos aprox.)

Se presenta ante nosotros el delfín del chakra cuatro... El chakra corazón... Armoniza este chakra y poco a poco, después de conocer a este delfín y haber hablado con él, entrará en nuestro corazón... Cuando haya terminado volverá al círculo de delfines...

3

(pausa 30 segundos aprox.)

Se presenta ahora ante nosotros el delfín del chakra cinco... El chakra de la comunicación... Normalmente es un delfín muy parlanchín... Hace su trabajo concienzudamente y lentamente, cuando el chakra esté totalmente armonizado, vuelve al círculo de delfines...

(pausa 30 segundos aprox.)

Nos aparece en este momento el delfín del chakra seis... Tenemos que permitir que este delfín entre en este chakra que se encuentra en el entrecejo... Generando ese hueco por el que podrá entrar, jugar...y sobre armonizar... sentimos el alivio en nuestra cabeza y como los pensamientos se relajan enormemente... Cuando haya terminado volverá al círculo de delfines...

(pausa 30 segundos aprox.)

Y nos aparecerá el delfín del chakra siete... El corona... Este delfín suele ser, sabio y anciano... Incluso puede ser un delfín de cristal... Jugará y hará sus piruetas encima de nuestra cabeza... Es muy responsable y consciente de la importante tarea que está llevando a cabo... si lo miramos a los ojos, conectaremos con su tremenda sabiduría... Cuando haya terminado volverá al círculo de delfines...

(pausa 30 segundos aprox.)

Ahora nosotros rogamos... que estos delfines nos ayuden a unificar todas nuestras energías en un solo chakra... En el chakra unificado del corazón... Mentalmente nos desplazamos hacia el chakra uno... Y recogemos sus espirales... Del uno subimos al siete... Recogemos la espiral del chakra corona... Del siete bajamos al dos... Recogemos las espirales del dos y subimos al seis... Del seis bajamos al tres... Recogemos y llegamos al cinco... Ahora tenemos todas las espirales en nuestras manos... Y llamamos al delfín del chakra cuatro... Él las recoge y entra dentro de nuestro corazón... Une todas estas espirales a la espiral de su chakra... Y las ancla... Él es ahora nuestro delfín maestro... Este chakra también se anclará a la llama trina... que ya tenemos activada... los delfines nos han dado su alegría... su conciencia de risa y de juego... Démosles las gracias...

(pausa 30 segundos aprox.)

Salimos de la playa... y volvemos a divisar la rendija que nos va a llevar a nuestra gruta... de vuelta al corazón sagrado... y nos damos cuenta de que ahora la llama es más brillante... nos dirigimos hacia el corazón energético... donde veremos el chakra unificado... todas esas espirales juntas... lo traspasamos y llegamos al corazón físico... y abrimos la puerta al exterior...

(pausa)

Tomamos conciencia de nosotros mismos otra vez... Integrados en la nueva vibración, es el momento de regresar a nuestro cuerpo... Poco a poco... Sentimos las extremidades... El tronco y la cabeza... Nos conectamos también con la Tierra... Y lentamente vamos abriendo los ojos...